CARA CEPAT MENGENAL JATI DIRI

UNIK CARANYA - MUDAH PRAKTEKNYA

100% TUTORIAL

Author :

M. Dafi

PENGANTAR PENULIS

Melalui buku sederhana "CARA CEPAT MENGENAL JATI DIRI", saya mengucapkan terima kasih atas minat Anda untuk memiliki buku ini.

Berbagai cara untuk mencapai potensi diri tidak begitu mudah kita aktualisasikan. Diperlukan trik-trik khusus untuk meloloskan sebuah tehnik menjadi potensi diri dalam kehidupan. Dalam buku ini saya tunjukkan tehnik yang cepat juga tepat tetapi mudah anda pakai buat praktek.

Isi buku merupakan petunjuk mengenal jati diri yang dibagi lagi menjadi 4 cara atau tehnik dasar sebagai modal pertama potensi diri. Buku ini tidak hanya menjelaskan yang umum saja, tapi buku ini lebih tepat merinci sebuah jalan untuk mendekatkan anda pada realita potensi diri. Sehingga isinya berupa tutorial yang praktis dan mudah untuk diterapkan.

Buku ini juga menampilkan konsep yang bersipat umum, agar dapat diterima oleh siapa saja yang sedang membaca buku ini dimanapun dia berada. Harapan saya buku ini juga bisa diterima oleh siapa saja yang sedang mencari potensi dirinya.

Saya merilis buku ini dengan edisi tutorial maksudnya untuk menampilkan kelebihan itu. Mungkin anda bosan dengan pemaparan yang bersipat umum. Untuk itu buku ini bisa mengobati kehausan Anda pada sebuah tehnik nyata dan bisa Anda tiru juga.

Jika ini disamakan dengan sebuah proposal, mungkin saja, tapi bukan proposal dari saya yang minta persetujuan Anda. Tetapi proposal ini adalah penilaian

secara umum dari perjalanan hidup sebagian manusia yang telah mencapai puncak kehidupan dengan potensi mereka.

Anda jangan percaya begitu saja dengan yang saya katakan, tapi coba saja Anda renungkan sendiri isi buku ini nantinya. Dan saya anggap Anda juga sangat luas pengetahuannya terutama tetang bagaimana meraih potensi diri Anda.

Tapi saya tetap minta maaf jika kata-kata didalam buku saya ini terkesan menggurui. Itu mungkin saya tidak sengaja. Saya hanya berusaha menjelaskan sisi masuk akalnya, sehingga kita bisa sama-sama berpikir tentang kebenaran yang ada dalam buku ini.

Tapi saya juga tidak ingin membuat anda sibuk untuk berpikir sendiri, untuk itu saya berusaha menjelaskan ini semua dengan jujur dan sesuai. Dengan harapan Anda bisa langsung memahami maksud sebenarnya yang ingin saya sampaikan.

Salanjutnya jika Anda puas dengan isi buku yang saya tulis, berarti saya juga merasa lega. Saya berusaha menggunakan bahasa yang mudah, sebuah bahasa yang diterima oleh siapa saja tanpa membedakan tingkat intelektual tententu.

Mudah-mudahan isi buku ini saya sampaikan berbeda dengan buku-buku yang ada sekarang. Karena saya tau pembahasan tentang potensi diri manusia banyak pakar dan ahlinya. Semua bagus untuk dibaca. Dan saya sadar mereka para ahli dan pakar telah lebih dulu membahas ini secara baik dan gemilang.

Namun melalui isi buku ini juga, saya ingin menampilkan sesuatu yang terbaik dan tidak kalah bagusnya dengan buku-buku yang sudah pernah Anda baca. Tapi saya tetap berusaha menampilkan kelebihan yang mungkin saja tidak dimiliki oleh buku lainnya. Saya yakin, tentu saja ini mempunyai perbedaan dan kelebihan tertentu. Karena kami para penulis buku tentu saja berbeda pola berpikir, berbeda sudut pandang serta berbeda pula pengalaman.

Cukup sampai disini pengantar dari saya. Seandainya isi buku ini masih banyak kekurangannya mohon dimaklumi. Atau mungkin bahasa saya dalam menyampaikan buku ini yang masih belum pas, saya juga mohon dimaklumi. Mudah-mudahan pada kesempatan berikutnya bisa lebih bagus lagi.

Salam,

M. DAFI

SINOPSIS

Inilah satu-satunya buku yang berani memaparkan secara langsung rahasia tehnik meraih potensi diri didalam lahir dan batin. Semua petunjuk dalam buku ini merupakan tehnik yang mudah bisa diterapkan oleh siapa saja, serta merupakan langkah konkrit, bukan hanya memaparkan teori saja, namun lebih kepada tutorial praktis sebagai petunjuk langsung dan bisa dipakai buat praktek pada saat itu juga.

Bagian ***utama*** dalam buku ini adalah petunjuk dasar merupakan tehnik mengenal jati diri yang dibagi menjadi 4 cara atau tehnik dasar sebagai modal pertama potensi diri.

Modal semua tehnik itu ada di dalam diri tiap manusia. Dari rasa sampai pada pikiran. Dari wajah sampai kepada seluruh tubuh. Semuanya punya rahasia tersendiri dan mempunyai kelebihan masing-masing apabila diakses secara khusus.

Hidup biasa saja pada jaman sekarang ini dirasa kurang memadai sebagai modal melanjutkan hidup. Sedangkan hidup menuntut manusia agar lebih prima. Sehingga pamanfaatan semua potensi diri untuk bertahan hidup bisa di aktualisasikan secara maksimal.

PENGANTAR ISI

Pengertian pribadi

Pribadi adalah manusia yang terdiri atas jasmani dan rohani. Jasmani bisa juga disebut sebagai lahiriah dan rohani bisa juga disebut sebagai batin. Dalam buku ini saya menyebut manusia sebagai dimensi pertama dengan sebutan pribadi. Alasan saya menyebut pribadi karena manusia yang mempunyai kekuatan secara pribadi, yakni dengan lahiriah dan batin mereka. Anda melakukan usaha, Anda menuntut ilmu, Anda menata masa depan, Anda memiliki kekayaan, hanya dijalankan oleh pribadi Anda sendiri.

Pribadi saat ini bisa saja masih pasif dan belum melakukan optimalisasi potensial secara lengkap. Hal ini sangat wajar, sebab pribadi tersebut belum mempunyai konsep yang permanen. Kita maklum mungkin saja pribadi ini masih pada tahap konsep potensi yang bersipat alami.

Untuk itu isi buku ini menawarkan sebuah konsep yang bisa merubah potensi dasar sebagai modal yang lebih sesuai dengan perkembangan jaman. Lebih jelas lagi isi buku ini menawarkan kepada Anda untuk seimbang dengan perkembangan

jaman, bahkan bisa pula Anda menguasai peradapan pada jaman yang sudah maju (walau di lingkungan kecil) seperti sekarang ini dengan potensi pribadi Anda.

Jasmani

Pada bagian selanjutnya dijelaskan 3 potensi pertama untuk menguatkan jati diri yang sejati. Yang membedakan manusia yang satu dengan manusia lainnya hanya dari faktor wajah saja. Sedangkan elemen jasmani manusia lainnya dari kulit sampai pada bagian dalam jasmani itu mempunyai struktur yang tidak berbeda.

Wajah manusia menggambarkan pribadi seseorang. Struktur wajah juga tidak berbeda. Tapi Anda melihat saya pasti berbeda. Karena wajah adalah gambaran batin saya yang membedakan saya dengan manusia yang lainnya. Jadilah saya pribadi yang berbeda dengan pribadi Anda. Saya juga mempunyai sipat berbeda dengan Anda. Sipat saya menghasilkan sebuah karya. Saya senang menulis buku tentang dimensi kehidupan, saya juga senang belajar tentang kehidupan secara luas dan lebih mendalam. Buku yang sedang Anda baca ini adalah karya saya. Karya saya adalah hasil dari perbuatan saya. Perbuatan saya adalah hasil dari sipat saya yang senang menulis buku.

Proses seperti ini berlaku juga pada Anda. Apapun profesi Anda sudah semestinya itu hasil dari sipat anda. Karena perbuatan dari suatu sipat adalah suatu perbuatan yang membuat senang dan bahagia.

Rohani

Rohani adalah energi yang tersimpan di dalam tubuh. Didalam rohani terdapat sipat Anda. Sehingga Anda mempunyai ciri khas tertentu. Sipat Anda inilah yang menghasilkan perbuatan. Hasil perbuatan itu jadilah sebuah karya atau usaha Anda. Didalam sipat Anda terdapat sebuah perasaan hati. Perasaan hati itu tidak tetap, dia selalu berubah dari waktu kewaktu. Hari ini Anda senang, mungkin besok Anda sedih. Hari ini Anda punya karya bagus, besok mungkin Anda malas untuk berkarya.

Anda bisa menetapkan hati dengan akal sehat dan pikiran Anda. Inilah sebuah seni mengendalikan diri. Selain Anda tidak mungkin menetapkan dan mengendalikan perasaan hati Anda. Anda sendiri yang mengendalikan milik Anda sendiri. Itulah perbedaan antara pribadi yang mandiri yang cendrung sukses lebih cepat, karena menguasai seni mengendalikan diri. Pribadi mandiri tidak mau diperintah. Pribadi mandiri membuat perintah untuk dirinya sendiri. Saya harus memerintah saya, dan Anda harus memerintah diri Anda. Jadilah ini sebuah pribadi yang dinamis.

Orang bijak mengatakan, hiduplah seperti air yang mengalir pasti Anda dapat kesenangan. Tapi jangan salah mengartikan istilah ini. Istilah ini hanya untuk pribadi yang mandiri, bukan pribadi yang tengelam dalam suasana tak terkendali. Bagi pribadi mandiri, air yang harus dikendalikannya. Karena pribadi mandiri adalah pribadi dinamis yang selalu melakukan perubahan dan revolusi terhadap dirinya. Ini seperti kekuatan air yang mengalir, dan pemilik air itu adalah pribadi yang dinamis, karena dia yang menciptakan air yang mengalir bagi dunia.

Pribadi mandiri haruslah melakukan perubahan yang revolusioner kepada dirinya, kepada keluarganya, kepada lingkungan sosialnya dan kepada dunia ini. Tapi saya menulis buku ini bukan untuk mempengaruhi pemikiran Anda.

Jika isi buku ini benar, Anda pasti berkata ok. Dalam konteks ini juga saya tidak sedang memberi pelajaran ilmu batin. Saya tidak mau merubah kerohanian Anda. Saya tidak mau mengganggu batin Anda. Anda punya batin sendiri yang sudah mandiri. Jika isi buku ini tidak benar pasti batin Anda menolak sebagian atau semua yang saya sampaikan. Tapi saya tidak mau itu terjadi. Buku ini menjadi milik Anda. Jika Anda merasa suka dengan buku ini pasti Anda sayang dengan buku ini. Karena buku ini menggambarkan tentang diri Anda juga. Itulah maksud saya kita mempunyai batin yang berbeda. Sudah tentu Anda tidak terpengaruh oleh saya hanya karena membaca buku ini. Sebab buku ini juga milik batin-batin manusia lainnya di dunia ini. Itulah harapan saya, buku ini bisa diterima dimana saja pribadi Anda yang mandiri itu.

Pribadi yang mandiri selalu mempunyai tehnik tersendiri untuk menggunakan potensi pribadinya secara mandiri pula.

Berikut ini beberapa alasan kenapa Anda perlu tehnik mengenal jati diri :

- Tahukan Anda, jika Anda tidak mengenal jati diri, maka Anda tidak pernah bisa mengendalikan diri Anda. Sebab jika tidak bisa mengendalikan diri, maka Anda lebih cendrung lalai dan terlena.
- Tahukah Anda, jika Anda cendrung lalai dan terlena, maka Anda tidak bisa menggali kekuatan Anda. Sebab jika Anda tidak bisa menggali kekuatan Anda, maka Anda tidak bisa membuat perubahan pada hidup Anda.
- Tahukah Anda, jika Anda tidak bisa membuat perubahan terhadap hidup Anda, maka diri Anda tidak bisa mempunyai peranan yang berarti untuk orang lain. Sebab jika Anda tidak bisa membuat peranan yang berarti untuk orang lainnya, maka hidup Anda terasa hampa dan tidak bergairah.

- Tahukah Anda, jika hidup Anda terasa hampa dan tidak bergairah, maka Anda tidak mungkin mendapat kebahagian sejati. Sebab jika Anda tidak mendapat kebahagiaan sejati, maka Anda merasa tidak memiliki dunia ini.
- Tahukan Anda, jika Anda tidak merasa memiliki dunia ini, maka seluruh waktu hidup Anda terasa lebih pendek? Sebab jika waktu hidup Anda terasa lebih pendek, berarti dunia telah menggilas dan menaklukkan Anda.

Jika hal demikian terjadi, betapa ruginya setiap diri yang telah lahir didunia ini.

CARA CEPAT MENGENAL JATI DIRI

Badan jasmani atau disebut juga organ tubuh adalah bentuk orisinil yang disebut sebagai makhluk yang bernama manusia. Badan jasmani secara umum mempunyai ciri pisik yang tidak berbeda antara manusia satu dengan manusia lainnya. Sedangkan batin adalah dimensi tersembunyi didalam tubuh manusia yang tidak dapat dilihat dan tidak bisa diraba. Yang mengetahui keadaan batinnya itu adalah manusia secara sendiri dan secara pribadi.

Keadaan batin atau rohani yang tersembunyi secara utuh bersatu dengan jasmani mempunyai kekuatan pembeda yang berdiri sendiri adalah pembeda potensi diri. Secara konsepsi alamiah keberadaan batin merupakan wujud kekuatan abadi yang ditanamkan Sang Pencipta kepada manusia.

Sedangkan wajah manusia secara khusus mempunyai perbedaan rupa antara satu dengan lainnya. Inilah hal mendasar yang membedakan manusia itu. Wajah secara khusus merupakan pengenal alamiah untuk menandai dan mengingat seseorang. Atau dengan istilah kita mengenal seseorang secara khusus hanya dari wajahnya saja.

Wajah selain merupakan media pengenal seseorang bagi orang lainnya, wajah juga media pribadi untuk menggambarkan wajah batin secara pribadi.

Perasaan khusus dari hati adalah perasaan tersembunyi yang terkandung di dalam diri. Perasaan khusus sebagai diri dan sebagai pribadi adalah perasaan yang seiring sejalan dengan keberadaan badan jasmani dari ujung rambut sampai ujung kaki, seharusnya memang demikian keadaannya.

Jadi seseorang untuk merasa dirinya adalah dengan jalan merasai badan jasmaninya secara mandiri. Dengan pengertian bahwa rasa diri seseorang tidak bisa di dapat dari luar badan jasmaninya, melainkan hanya dengan jalan mensejajarkannya dengan kelengkapan badan jasmaninya. Inilah alat ukur sensitif untuk mengetahui tingkat pembeda diri.

Dengan cara mengenal dan mengerti diri secara utuh baik jasmani maupun rohani maka didapat pengenalan diri secara khusus melalui wajah dan perasaan hati. Sehingga setelah ketiga hal ini dikuasai, maka lebih mudah untuk bisa mengenal diri. Lebih mudah pula mengenali potensi diri yang abadi.

Banyak pakar membicarakan pengenalan diri, tapi belum satupun melukiskan langkah-langkah yang kongkrit. “Carilah jati dirimu niscaya anda menemukan kelebihan yang merupakan faktor pembeda abadi” kata mereka.

Tapi anjuran ini hanya cukup sampai disitu saja. Belum pernah disebutkan langkah nyata bagaimana yang harus ditempuh agar pengenalan diri bisa tuntas terwujud.

- Manfaat mengenal dan menguasai jati diri :
- Membentuk karakter dan peformen yang mapan dan asli
- Mempunyai sipat dan perbuatan yang dinamis
- Pengendalian diri yang ringan atau simple
- Lebih mudah memerintah diri agar lebih revolusioner

MODAL PERTAMA MENGENAL JATI DIRI

Badan jasmani mulai dari bulu, kulit, daging, kuku yang selalu tampak dari luar adalah suatu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Masing-masing bagian dari batang tubuh ini tentu saja mempunyai fungsi masing-masing sesuai dengan kedudukannya pada tubuh itu sendiri.

Bulu pada kulit merupakan pori-pori kecil tempat keluarnya air dari sisa pembakaran dari dalam tubuh yang disebut juga keringat. Kulit merupakan pelindung dan juga alat kepekaan pada tubuh yang membungkus daging pada tubuh manusia itu. Karena kulit peka maka semua efek yang bersentuhan baik langsung maupun tidak selalu terasa dan memberikan respon tertentu pada indera yang berupa rasa.

Rasa yang diterima oleh kulit adalah rasa statis atau rasa yang bersipat tetap. Misalkan saja kulit tersentuh benda panas, maka rasa panas itu bersipat pasti dan berlaku pula rasanya panas dengan tubuh manusia-manusia lainnya. Atau suatu ketika tubuh saya merasa dingin, maka rasa dingin itu berlaku pula ketika anda merasakan dingin juga.

Dengan begitu tidaklah ada perbedaan antara tubuh manusia satu dengan manusia lainnya. Semua bersipat dan berlaku serupa dan juga selalu mempunyai fungsi yang tidak berbeda. Kaki sama-sama kita pakai untuk berjalan, mata sama-sama

kita pakai untuk melihat. Tangan sama-sama kita pakai untuk bekerja dan lain sebagainya. Itulah yang saya maksud badan kita semua mempunyai fungsi yang tidak berbeda.

Naturalisasi semua bagian badan sejatinya adalah sebuah kesetaraan yang sempurna, pelengkap dari benda alam lainnya yang hidup secara berdampingan. Hidup sejajar dan saling sesuai dengan situasi dan kondisi alam dimanapun manusia itu berada.

Badan adalah sinyalemen yang melontarkan kekuatan batin sehingga menghasilkan perbuatan. Perbuatan adalah gerakan yang mendapat perintah dari dalam tubuh yang tersembunyi. Badan adalah bentuk gerakan dari otorisasi yang tersembunyi yaitu batin kita. Disini saya tidaklah membicarakan apakah batin itu terletak dihati atau di jantung anda, yang saya bicarakan adalah kekutan tersembunyi dari dalam diri manusia.

Baiklah saya tidak bayak membicarakan tentang fungsi-fungsi organ tubuh manusia, karena saya bukan ahli anatomi. Saya ingin menyampaikan langkah-langkah fraktis yang nyata dan bisa dilakukan oleh siapa saja. Ini adalah hal yang mudah, tidak membedakan gender, tidak membedakan ras, tidak membedakan agama, tidak membedakan faham.

Ini benar-benar nyata dan bersipat universal.

Siapapun anda dan apapun latar belakang anda, semua bisa melakukan fraktek untuk memberdayakan potensi anda dengan tehnik yang dijelaskan selanjutnya. Yang penting kita manusia masih hidup dan mempunyai napas. Apapun keadaan anda saat ini semua berlaku pula, karena ini ilmiah dan natural.

Pembahasan berikut adalah modal pertama potensi manusia. Yaitu badan yang bersipat universal. Badan inilah tempat kita untuk mengetahui kekuatan jati diri.

1. Cara Mengenal Batin Anda

Dalam penjelasan awal bagian pertama kita telah bicarakan sedikit tentang organ tubuh atau body manusia. Selanjutnya kita belajar bersama tentang batin atau disebut juga rohani.

Apakah sebenarnya yang disebut dengan batin itu, disini saya tidak sedang bicara jiwa, karena jiwa lebih rahasia, hanya Tuhan yang memegang kendali jiwa seorang anak manusia. Manusia hanya diberikan pemahaman sedikit dari rahasia jiwa karena dia lebih menyangkut nyawa. Kita tidak bisa mengaksesnya bukan?

Sedangkan batin itu bisa dirasai dalam bentuk perasaan dan pikiran. Jadi bagaimana kita mempunyai perasaan dan bagaimana kita berpikir itulah diri kita yang bersipat batin. Tapi apakah sesederhana itu? Ini belum mempunyai konsep yang utuh terhadap perasaan dan pikiran, ini bisa jadi sebuah kelalaian pribadi. Semua orang boleh merasa dan berpikir, tapi belum tentu tercapai perasaan dan pikiran sebagai potensi diri, ini lebih penting.

Jadi bagaimakah kita mengangkat potensi batin kita? Bagaimana pula kita tau nantinya itu adalah batin kita yang permanen? Dimana letaknya titik akses sebenarnya didalam badan kita ini? Inilah sebuah konsep yang mempunyai rumus spektakuler.

Terkadang kita lalai dengan potensi orisinil ini. Sehingga kita tidak bisa mengaksesnya secara terus menerus. Sebuah rumus identik dengan sebuah kepastian. Jika anda sudah tau tentang rumus tertentu, anda tinggal mengingatnya, sehingga anda bisa menggunakan rumus itu kapan saja. Jika anda telah biasa menggunakan rumus itu, maka anda tidak pernah sulit lagi untuk mengingat. Ini terjadi pada anda dan kita semua.

Ibaratnya sebuah roti enak yang kita suka kapan saja.

Kenapa kita suka? Karena kita menikmatinya bukan?

Coba anda bayangkan kita telah biasa menikmati susu dan roti keju. Kapan saja anda ingin, anda pasti mencari dan menikmatinya.

Ok! Yang mau kita pelajari ini bisa lebih nikmat dari sekedar susu dan roti keju. Anda tidak perlu membeli atau membuat sendiri makanan ini. Sebab makanan ini sudah tersedia didalam tubuh anda dan tubuh kita semua, yang penting anda dan saya masih hidup dan bernapas.

Inilah sebuah rumus pasti atau konsep pasti yang mampu melontarkan potensi anda di kehidupan ini. Ilmu ini kita dapat dari konsep opsional pelajaran tentang ilmu Ketuhanan. Tidak ada kebohongan didalamnya, dan tidak ada yang sulit untuk mengaksesnya. Jika kita telah terbiasa seperti makan makanan enak itu, semudah itu pula kita masuk dan merasakan nikmatnya kapan saja kita mau.

Saya yakin banyak pakar di dunia membicarakan konsep spiritual, konsep emosial dan konsep intelektual. Bahkan banyak pula para pakar yang tidak membedakan konsep itu satu per satu. Seperti konsep yang mengabungkan spiritual, emosianal dan intelektual menjadi satu. Mereka menggabungkan semua konsep secara bersamaan. Tapi mereka yang menggabungkan konsep ini belum pernah menunjukan rumus yang paten. Semua pembicaraan ini masih ngambang. Mereka

belum bisa menunjukan titik aksesnya. Pembaca hanya disuguhi pemaparan yang ngambang sehingga kita semua disuruh mikir sendiri. Dilema bukan?

Baiklah, sekarang kita masuk membicarakan tentang akses mengenali batin kita semua.

Dalam ilmu Ketuhanan disebutkan bahwa batin adalah pribadi yang tersembunyi. Aktualisasi batin adalah sipat seorang manusia. Aktualisasi sipat adalah perbuatan manusia.

Mungkin ini banyak pakar yang tau?

Karena batin adalah suatu yang tersembunyi, maka batin tidak gampang untuk dipelajari. Agar bisa dikuasai, batin harus dimengerti dengan akses secara pribadi. Akses secara pribadi hanya bisa dimengerti bukan melalui perenungan atau meditasi. Dan lebih parah lagi untuk mengerti batin, anda minta pendapat orang. Ini salah besar.

Untuk itu, akses secara pribadi diperlukan untuk mengetahui batin yang sebenar-benarnya batin. Sehingga ditemukan batin yang asli dan bisa dikuasai cecara permanen.

Jadi bagaimana kita sebenarnya bisa mengerti batin kita yang asli dan bisa dikuasai secara permanen. Ini sangat mudah. Tidak perlu kita pikirkan, tidak juga kita sibuk mencari. Dia sudah sedia sedekat anda meraba tubuh anda. Batin permanen tidak jauh dari badan anda. Batin orisinil yang langsung dicipta Tuhan tidak kemana-mana dan jangan pernah dicari lagi. Kita cukup mengetahui dimana letak aksesnya, supaya kekuatan batin bisa kita kuasai dengan baik.

Baiklah kita harus mengetahui dulu alat ukur atau parameter untuk menyelami dan mengerti batin kita sendiri. Alat ukur paling orisinil yang ada pada kita semua adalah rasa. Rasa saya maksud bukan perasaan hati, tapi rasa yang dipakai untuk merasai sebuah keberadaan atau eksistensi sesuatu wujud atau benda. Jadi rasa disini adalah merasai secara sengaja, atau merasai yang kita usahakan sendiri.

Inilah bedanya perasaan yang alamiah bawaan kita sejak lahir. Perasaan alamiah sudah terbentuk tapi belum dikuasai dan dioptimalkan.

Selanjutnya, dengan merasai wujud eksistensi kita sendiri maka dikuasailah batin kita yang asli yang memang berasal dari Sang Pencipta. Sedangkan alat untuk kita merasai adalah kemampuan kita untuk merasakan segala sesuatu. Alat ini juga bentuk asli ciptaan Tuhan. Tapi bukan rasa sejak lahir yang masih alamiah dan belum dieksploitasi.

Inilah bentuk wujud rasa terima kasih kita kepada Sang Pencipta. Kita memberdayakan hasil ciptaanya, itu bagian dari rasa terima kasih kita. Kita tidak membiarkan potensi yang diberikan Tuhan begitu saja. Kita akan mengolah dan memanfaatkannya untuk kepentingan yang lebih besar. Karena kita ini sebagai pengelola bumi yang memberi banyak manfaat untuk dunia.

Rumusnya!

Baiklah kita masuk membicarakan rumus yang sebenarnya tidak sulit dan tidak jauh dari kita. Kita ingat bahwa alat untuk mengerti dan menguasai batin kita adalah rasa. Hanya dengan rasa yang orisinil pula kita bisa mengusai dan terus menikmati potensi dan kelebihan kita. Yakni rasa yang diusahakan secara sengaja. Apa yang semestinya kita rasakan secara sengaja? Ini ada hubungannya dengan badan atau tubuh kita pada penjelasan sebelumnya.

Badan kita adalah sebuah benda yang bisa dirasai, bagaimana kita merasakannya secara sengaja? Kita harus bersengaja merasakannya. Kenapa harus bersengaja? Sebab kita harus menguasainya. Seperti kita melatih segala sesuatu agar kita mahir tentu saja kita harus membiasakannya secara sengaja bukan?

Bagaimana kita merasakanya?

Ini sebuah langkah mudah, semudah kita membalikan telapak tangan, walau mudah tapi ini juga sangat rahasia. Saya membuka rahasianya untuk anda. Ini saya dapat dari pengalam hidup dan pembelajaran batin yang panjang. Sekarang umur saya sudah 40 tahun. Cukup pantas bukan untuk membicarakan dan membuka rahasia ini? Baiklah, anda pasti punya badan bukan? Anda seorang manusia? Ok.

Badan anda tidak berbeda dengan manusia pada umumnya. Tapi orang lainnya tidak bisa merasakan keberadaan tubuh anda. Orang lainnya hanya bisa melihat ataupun meraba anda. Tapi mereka itu tidak bisa memahami batin anda bukan?

Jadi langkah mudahnya tapi spektakuler adalah anda harus membiasakan diri untuk merasakan tubuh anda sendiri. Anda tidak perlu meditasi untuk langkah ini. Anda tidak perlu modal untuk langkah ini. Anda juga tidak perlu sarana lainnya untuk merasakan keberadaan tubuh anda sendiri.

Caranya, bersengajalah melatih untuk merasakan tubuh anda sendiri maksimal 10 detik. Tidak perlu waktu khusus untuk ini. Semua bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja. Sambil duduk, sambil jalan-jalan, waktu anda makan misalnya. Pokoknya anda tidak perlu waktu khusus untuk melatihnya.

Merasakan dalam tehnik ini bukan dengan jalan meraba tubuh dengan tangan anda, tapi merasakan dengan rasa yang disengaja untuk merasakan. Nikmatilah diri anda sendiri, nikmatilah tubuh anda sendiri dengan perasaan yang pasti. Karena tubuh anda itu bersipat pasti. Tubuh adalah wadah batin atau rohani anda. Tubuh adalah tempat menyimpan kekuatan batin anda, tidak ada folder lain yang bisa menyimpan batin anda. Tidak ada tempat yang mampu menyimpannya.

Jika anda sudah terbiasa dengan ini, maka semakin lama terasa semakin anda menikmatinya. Sebab itulah makanan terlejat anda yang anda punyai sampai anda menghembuskan napas meninggalkan dunia ini. Itulah makanan batin anda yang selalu tersedia setiap saat. Dia selalu menempel dengan anda, kamanapun anda pergi selalu dibawa makanan nikmat ini.

Begitulah kita bisa merasakan. Alat untuk merasa badan adalah rasa yang sudah kita punyai sendiri. Selama ini bukankah kita tidak pernah tau dengan ini. Tubuh kita selalu kita mandikan tiap hari agar bersih, tapi kita belum pernah merasakan keberadaan tubuh kita dari dalam diri kita sendiri. Inilah yang disebut dengan kelalaian pribadi.

Anda mungkin tidak pernah lalai merawat tubuh anda, tapi anda lalai dengan eksistensi atau keberadaan tubuh anda itu. Selama ini anda selalu membiarkannya begitu saja. Anda anggap badan anda sudah dirawat secara sepantasnya agar selalu sehat. Tapi kesehatan dari dalam belum pernah anda rasakan. Anda pasti tau, Tuhan menciptakan semua ini tentu saja ada maksudnya. Anda juga tau bahwa Tuhan menciptakan kelebihan yang luar biasa pada tubuh anda. Tapi anda belum pernah tau bentuk kelebihan itu dari dalam perasaan anda secara sengaja.

Sekarang anda sudah mengerti. Bahwa jika ingin badan anda kuat maka anda harus sering melatihnya dengan olah raga yang sesuai agar terasa lebih sehat. Begitu juga dengan batin anda. Ketika anda terbiasa melatih untuk merasakan keberadaan tubuh anda dengan perasaan dari dalam, maka dikuasailah batin anda. Sehingga anda mudah untuk mengendalikan kekuatannya. Sekarang anda sudah tau, bahwa kekuatan batin terletak pada bagaimana anda bisa menguasai rasa yang ada pada tubuh anda.

Rasa adalah bagian dari batin anda. Untuk mengendalikannya anda harus menguasai tempat penyimpanannya, yakni tubuh anda. Ini sebuah hukum alam sebagai hukum sebab akibat.

Resep jitu buat anda :

Biasanya orang yang sudah biasa menguasai rasa tubuhnya, sangat jarang terserang penyakit yang berarti. Hal ini disebabkan terkendalinya gelombang

energi yang selalu bergerak melalui aliran darah di dalam tubuhnya. Sebuah contoh misalnya anda sedang sakit kepala, sebelum minum obat sebaiknya anda coba dulu untuk mengalihkan rasa kebagian tubuh yang lainnya.Kenapa hal ini perlu dicoba?

Sebab, pada dasarnya sakit kepala terjadi oleh ketidakseimbangan aliran darah kebagian kepala. Sehingga aliran darah dikepala lebih banyak dari kondisi biasanya disebabkan banyak berpikir atau gangguan cuaca yang memicu suhu didalam tubuh menaikan tekanan darah kebagian kepala.

Nah kearah mana kita mestinya mengalihkan rasa agar tekanan aliran darah pada bagian kepala bisa berpindah ke tempat semestinya?

Cara yang lebih mudah adalah dengan mengalihkannya pada perasaan hati anda. Hati disadari memang tempat untuk menenangkan diri. Tapi mungkin anda bertanya bagaimana anda bisa berkonsentrasi untuk mengalihkan rasa dihati, sedangkan sakit kepala itu bisa membuat gelisah alias tidak tenang. Disinilah letak faktor sengaja merasakan tubuh yang telah dijelaskan. Sakit kepala memang membuat gelisah bahkan tidak tenang. Tapi usaha anda untuk segera mengalihkan rasa ke bagian hati itu adalah bentuk kekuatan batin anda yang hebat.

Bukankah bergerak kearah usaha atau daya upaya unyuk menyembuhkan sakit kepala Anda itu adalah bentuk kekuatan Anda. Sehingga daya upaya Anda itu mempunyai nilai tersendiri untuk meningkatkan kualitas diri Anda.

Trik sehat lainnya plus trik awet muda dengan modal rasa jasmani bisa Anda baca dengan nyaman disemua perangkat (terutama android) linknya ada diakun twitter @EbookCCMJD

Saya yakin Anda tidak akan keberatan memfollow akun tersebut. Dengan follow akun tersebut Anda sudah ikut membantu berbagi pengetahuan yang bermanfaat. Semoga Tuhan membalas kebaikan Anda.

2. Cara Mengenal Wajah Batin Anda

Begitu mudah dan sederhana bukan, tapi sangat jarang kita melakukan ini karena kita lalai dan sering lupa. Apalagi kita tidak pernah tau caranya. Kita tidak bisa memanfaatkan potensi secara optimal.

Pada bagian ini kita membicarakan secara khusus wajah. Kenapa dibilang secara khusus? Karena inilah sambungan batin anda, inilah akses kita selanjutnya. Akses ini merupakan aplikasi dari pengenalan badan anda dengan jalan mencipkan rasa keberadaan badan secara sengaja.

Dalam konsep ini alat untuk mengenal wajah adalah cerminan diri yang bersipat batin. 10% cerminan wajah batin pada seseorang biasa dibaca oleh orang selain anda, 90% lagi merupakan rahasia dan tersembunyi dan hanya pribadi anda yang tau. Cerminan batin anda 90% hanyalah anda sendiri yang tau. Disebutkan pula bahwa wajah batin manusia pada alam tersembunyi dan alam rahasia tidak berbeda dengan wajah lahiriah manusia yang bisa dilihat. Wajah batin itu bersipat gaib, tapi ada alat untuk melihatnya secara pribadi sebanyak 90% itu.

Kita kembali ke pembicaraan badan.

Secara umum badan atau tubuh manusia tidak berbeda dengan manusia lainnya dimana saja dimuka bumi ini. Badan atau organ tubuh sama-sama memiliki bulu walau berbeda jumlah bulunya (ada yang lebat ada yang sedikit), juga memiliki kulit, daging, otak, tulang, jantung hati, urat nadi, darah, rambut, kuku dll. Inilah kesamaan universal manusia di dunia ini. Sedangkan pembeda universal itu hanyalah wajah saja (bukan struktur wajah). Benar bukan?

Sekarang marilah kita bicarakan tehnik untuk menguatkan jati diri melalui akses wajah ini.

Begitu pentingkah hal ini kita lakukan?

Tentu saja hal ini sangat penting, karena kita mau mengetahui dan menguasai faktor pembeda ilmiah agar kita bisa mengoptimalkan potensi diri kita secara nyata dan terus menerus.

Wajah bukan hanya sekedar seonggok daging dan tulang saja. Wajah diciptakan Tuhan berbeda tentu saja ada maksudnya. Inilah yang harus kita ketahui, begitu pentingnya wajah, sampai sampai kita selalu memperhatikan kondisi wajah kita ini.

Kita tidak mau wajah kita asal-asalan saja, kita juga tidak mau wajah kita terlihat sedikit berbeda karena tidak dibersihkan. Kita mau wajah kita selalu terlihat frees dan menyegarkan bukan?

Wajah pada banyak literatur disebutkan sebagai cerminan hati, maka dari itu ketika seseorang menengok wajahnya pada sebuah cermin seakan kenal dengan dirinya. Pernyataan ini suatu yang lumrah dan biasa bukan?

Yang luar biasa!

Untuk tujuan buku ini tentu saja bukan hal yang biasa. Saya berikan anda yang luar biasa. Disini anda dapati sebuah rahasia yang juga luar biasa. Dari hal yang selama ini kita anggap sederhana, nantinya kita anggap luar biasa.

Kenapa saya sebut sederhana? Karena pembicaraan kita ini hanyalah wajah yang biasa kita dapati sehari-hari saja. Tapi bagaimana kita melihatnya dari sudut pandang yang berbeda, tentu saja berbeda pula hasilnya. Lagi-lagi hal ini memberikan manfaat bagi kita semua. Kita bisa tau faktor pembeda potensi pribadi kita.

Haruskah kita selalu bercermin untuk urusan akses wajah ini? Tentu saja tidak.

Karena kita tidak perlu alat selain yang sudah ada pada badan kita sendiri. Karena Tuhan sudah menciptakan manusia secara sempurna, inilah kelebihan kita dengan makhluk lainnya. Disini saya bukan melarang anda untuk bercermin. Yang saya maksud bukan itu, ini adalah akses biasa agar kita menjadi luar biasa.

Pada dasarnya wajah terdiri dari mulut hidung dan dua mata, itu yang utama. Yang lainya merupakan pelengkap saja. Tidak semua manusia tumbuh kumis dan jenggot tebal bukan? Inilah saya maksud yang utama yakni mulut hidung dan mata.

Tapi saya tidak banyak membicarakan mulut, hidung dan mata, karena sekali lagi saya bukan pakar anatomi tubuh manusia. Yang saya bicarakan disini adalah wajah secara keseluruhan. Maksudnya wajah seperti cerminan diri. Saya misalnya punya Nama sebagai **M. Dafi**, jika saya sewaktu bertemu anda tapi saya lupa menyebutkan Nama, apakah anda lupa dengan saya untuk pertemuan selanjutnya?

Tentu tidak lupa bukan?

Inilah maksud saya wajah adalah cerminan saya sebagai yang pernah ketemu anda. Karena wajah saya bisa anda ingat lagi bahwa itu adalah saya walau anda belum tau nama saya.

Jadi cerminan wajah dalam pembicaraan ini adalah wajah sebagai faktor pembeda antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya. Hal ini berlaku bagi siapa saja. Walau orang kembar yang punya wajah serupa sekalipun kita tetap bisa membedakannya. Jika tidak dapat membedakannya, inilah yang saya sebut tadi orang lain hanya tau 10% dari batin anda.

Hubungan wajah dan batin.

Kita ingat bahwa wajah adalah adalah cerminan batin 10% bagi orang lainnya. Tapi 90% bagi diri kita sendiri. Wajah memang tampak dan sangat bisa dipandang orang. Tapi belum tentu mereka bisa faham dengan batin anda, bukan begitu?

Jadi bagaimana sebenarnya agar kita bisa mengerti dan menguasai diri kita dengan mengerti wajah kita itu?

Untuk melakukan ini kita tidak perlu tambahan alat seperti cermin. Jika untuk tahu diri hanya dengan sebuah cermin saja, itu sama halnya seperti orang lain yang melihat diri anda. Karena apabila cermin tidak ada maka anda bisa lalai dengan wajah anda. Atau jika anda tidak berjumpa dengan teman anda maka anda tidak melihat wajahnya. Ini sama-saja anda ketergantungan dan lalai.

Langkah seperti ini memang sepertinya mudah, tetapi perlu usaha untuk selalu ingat melatih kemampuan anda. Kemampuan untuk melihat wajah berlaku juga dengan kemampuan merasai tubuh pada pembahasan sebelumnya. Harus sering ingat untuk melatihnya. Karena akses ini juga harus disengaja, seperti akses batin pada badan jasmani. Kesengajaan inilah yang perlu diingat dan terus dilatih sampai anda benar-benar menikmatinya. Sekali lagi, kenikmatan dan kenikmatan. Karena itulah diri kita yang sebenarnya.

Apakah anda percaya bahwa seorang yang buta atau tidak bisa melihat mampu melihat wajahnya? Padahal dia tidak bisa bercermin. Kalau saya sangat percaya, kenapa? Sebab dia melihat wajah batinnya, dan wajah batin seperti yang dinyatakan sama dengan wajah lahiriah (nampak dipandang) yaitu wajah seorang manusia.

Jadi sampailah kita pada inti pembicaraan akses untuk mengenal secara khusus wajah. Satu-satunya jalan untuk mengenal wajah batin kita adalah dengan melihat wajah kita sendiri tanpa bercermin. Langkah pertama untuk mengenal batin dengan merasakan tubuh, langkah kedua dilanjutkan dengan jalan melihat wajah batin dengan fokus untuk merasakan wajah anda. Anda rasakan dulu baru terlihat diri sejati atau diri anda yang orisinil.

Bagi kita yang mempunyai mata normal sangatlah mudah mengingat wajah kita. Tapi langkah ini bukan sekedar mengingat, tapi juga merasakan tanpa diraba. Jadi wajah batin disini bukanlah wajah dalam bentuk fisik, tetapi wajah dalam bentuk hakikat, sebab pada dasarnya batin itu tidak mempunyai wajah berupa kebendaan.

Saya berikan sedikit tips.

Jika anda dalam keadaan lengah atau lalai, bingung dan lain sebagainya, sehingga anda lupa diri, usaplah wajah anda. Ini bermanfaat untuk mengembalikan kesadaran anda yang biasa. Tapi kesadaran luar biasa tetap bersengaja melihat wajah batin anda seperti langkah yang dijelaskan tadi.

Coba anda simak lagi!

Rasakan tubuh anda lalu rasakan wajah anda lalu lihatlah dengan penglihatan batin anda. Ini bisa dilakukan dengan memejamkan mata. Tapi tanpa

memejamkan matapun bisa dilakukan. Dalam hal merasakan badan, semakin anda mahir semakin anda menguasainya. Jika ketika awal anda belum bisa merasakan seluruh perasaan badan, itu hal yang wajar, tapi semakin banyak anda melatih maka semakin anda kuat merasakannya.

Begitu juga untuk akses wajah batin anda, semakin anda terbiasa maka semakin kuat anda merasakannya.

Jadi tehnik pertama untuk kenal batin anda, sedangkan tehnik yang kedua untuk melihat wajah batin anda. Jadi tehnik pertama batin belum mempunyai wajah karena anda hanya merasakan batin anda, sedangkan tehnik kedua batin anda sudah mempunyai wajah.

Berikut ini ilustrasi potensi wajah anda :

Ada pepatah tua mengatakan, bahwa keseringan bercermin bisa mengurangi aura atau cahaya wajah kita.

Percaya atau tidak?

Wajah adalah cerminan hati, sehingga sudah semestinya wajah itu mempunyai aura atau cahayanya tersendiri. Hati itu terletak dibagian dalam tubuh dan hanya merupakan segumpal daging. Jika hanya segumpal daging saja tidak mungkin hati itu mengeluarkan cahaya melalui wajah kita. Berarti ada kekuatan dihati kita yang mampu memantulkan cahayanya kebagian wajah.

Orang yang sering bercermin sama halnya dengan mengingat wajah hanya dari cermin saja. Dan biasanya lebih sulit mengingat wajahnya apabila satu hari saja tidak bercermin. Namun dengan bercermin setidaknya bisa memunculkan kesadarannya terhadap diri. Hal ini bersipat alami dan lumrah adanya.

Keutamaan wajah pada diri adalah penampilan anda yang asli. Keistimewaan wajah bagi orang lain adalah nilai dan kepercayaan. Tidak mungkin penampilan anda terlihat dari belakang anda bukan. Sehingga penguasaan terhadap wajah memegang peranan yang sangat penting bagi kehidupan anda.

Seseorang yang tidak mengenal serta tidak menguasai wajahnya bisa menyebabkan ketidaksingkronan antara hati dan penampilannya.

Sebagai contoh; seseorang yang ingin selalu terlihat ceria tapi dengan keceriaan yang disengaja atau dibuat-buat (bukan keluar dari hatinya) terlihat tidak ikhlas serta tidak serasi dengan tampilannya. Penyebabnya adalah cerminan hati pada wajahnya tidak nyambung, walaupun sikap semacam ini bisa dihargai oleh orang lain.

Bicara wajah saja kita tidak hanya perlu penghargaan. Lebih dari itu ada yang lebih berarti sebagai potensi kekuatan hidup. Yakni membangun karakter positif serta kuat dan orang lebih mengenang kita yang asli dengan perfomen dinamis tanpa harus minta hargai ataupun minta kenang.

Sedang keaslian itu terlahir dari wajah batin kita dan bukan dari wajah kita yang tampak oleh pandangan mata. Coba saja anda buktikan dengan cara melihat wajah tanpa bercermin. Pasti yang anda dapatkan wajah anda yang asli, walaupun mungkin dahi anda pada saat itu sedang berkerut. Tetap tampak wajah anda tanpa kerutan.

Inilah yang dimaksud dengan potensi kekuatan wajah, yakni wajah batin kita semua.

3. Cara Mengenal Hati Anda

Belum lengkap kiranya jika kita belum bisa mengakses perasaan hati. Perasaan hati yang mana yang kita akses? Tentu saja perasaan hati yang asli, bukan palsu.

Apakah ada kepalsuan hati?

Ada. Tapi ini jika anda tidak mengetahui potensi pertama dan potensi kedua. Yaitu merasakan badan anda sendiri dan melihat wajah batin anda. Karena badan anda adalah benda yang paling jujur. Dia sedia dan tidak pernah ingkar atas perintah batin anda. Anda ajak makan badan melakukannya. Anda ajak berjalan badan melakukannya. Anda ajak tidur badan juga selalu turut serta. Inilah kejujuran.

Begitu juga dengan wajah, kemanapun anda menghadap itulah wajah anda. Baik menghadap pejabat bahkan menghadap Tuhan Sang Pencipta itulah wajah anda. Jadi hatilah yang bisa bohong jika tidak biasa diakses dengan benda yang jujur seperti badan dan wajah anda itu. Jadi kepalsuan perasaan hati bisa saja terjadi jika tidak biasa dan tidak pernah mengakses kedua bagian yang paling jujur pada tubuh anda itu.

Benarkah hal yang saya paparkan ini? Jika benar, lanjutkan membaca.

Selanjutnya, dimanakah perasaan hati yang asli itu bisa didapat?

Setelah anda melalui dua tehnik diatas, dengan mudah anda bisa merasakan perasaan hati yang asli. Letak titiknya yaitu pada bagian dada anda.

Bagaimana anda bisa merasakan itu didalam dada anda?

Dalam ajaran agama biasa disebut “iman didada”, karena didalam dada itulah letaknya hati dan jantung. Disitu juga letak perasaan yang asli.

Segumpal hati dan jantung adalah benda yang paling jujur yang bekerja siang dan malam untuk proses hidup anda. Tanpa diperintah jantung anda tetap bergerak, tanpa diperintah anda sering merasakan sesuatu.

Inilah sebuah tehnik dasar yang sederhana untuk mencapai potensi pribadi anda. Ketika anda sedang sedih dan bingung misalnya, anda akses saja bagian dada anda, rasakan keberadaanya. Dada yang mana harus dirasakan? Yang harus dirasakan adalah dada bagian atas perut sampai pada pangkal leher. Dari atas perut sampai pada semua tulang rusuk. Tempat tersimpannya hati dan jantung anda.

Sangat penting

Ini termasuk tehnik untuk menutup hal yang negatif pada diri kita.

Hal negatif seperti apa?

Hal negatif bisa saja berupa perasaan sakit hati yang merugikan. Perasaan rendah diri dan kurang percaya diri yang merugikan. Perasaan malas yang merugikan serta perasaan yang merugikan lainnya. Apalagi perasaan kurang yakin pada kemampuan pribadi, ini sangatlah merugikan, apapun yang dilakukan bisa berantakan.

Tapi jangan salah langkah, tehnik ini tidak bisa mengabaikan kedua tehnik sebelumnya. Anda harus mengenal dulu badan anda agar tau batin anda, dan juga mengenal wajah batin anda. Jika tidak melalui tehnik yang pertama dan kedua, perasaan hati yang asli ini tidak mudah anda dapatkan walau dengan mengakses langsung bagian dada anda.

Ini penting untuk diperhatikan. Jangan sampai anda mengabaikan tubuh anda sendiri, mengutamakan batin saja tidak mungkin mencapai keseimbangan. Begitu juga sebaliknya, mengutamakan tubuh dan wajah saja tidak bisa tercapai kekuatan. Semuanya harus diusahakan seimbang.

Jadi caranya pada potensi 3 ini cukup anda merasakan bagian dada anda sendiri. Disinilah tempat keseimbangan untuk mengontrol potensi anda nantinya. Juga berfungsi untuk mengontrol hal negatif seperti yang dijelaskan tadi.

4. Cara Mengenal Pikiran Anda

Selama ini Anda pastinya sudah sering berpikir. Tanpa terasa ribuan bahkan mungkin jutaan kali Anda telah memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan kehidupan Anda.

Tanpa disadari pula Anda pernah bahkan sering memikirkan sesuatu yang tidak masuk akal Anda. Hal ini kita anggap suatu yang sangat wajar dan manusiawi.

Sekarang muncul pertanyaan.

Apakah pikiran harus kita kendalikan? Pikiran bukan hanya kita kendalikan saja, namun yang sangat penting adalah menentukan objek yang harus kita pikirkan. Sehingga otak yang kita pakai buat berpikir tidak bekerja sia-sia.

Mungkin Anda faham dengan maksud yang ingin saya sampaikan. Bahwa otak apabila terlalu keras berpikir bisa menimbulkan kelelahan sehingga efeknya sampai membuat badan kita lemas.

Agar kerja otak tidak sia-sia, kita bukan hanya mengendalikan pikiran, tapi juga menentukan objek yang kita ingin pikirkan. Dengan demikian walaupun kita berpikir keras tentang objek yang ditentukan, namun kerja otak kita mendatangkan hasil yang maksimal.

Pada kebanyakan manusia yang tidak mengetahui tehnik ini, otak yang selalu berpikir hanya dipandang sebagai yang sudah semestinya. Padahal jika kita menggali lebih dalam manfaat kerja otak ini, setidaknya kita bisa menjalankan pikiran yang prima dan cemerlang.

Sebagai suatu ilustrasi pamanfaatan otak dengan objek atau tujuan tertentu yang telah diarahkan, adalah kerja otak seorang peneliti atau para penemu suatu yang baru. Bukti pada mereka sudah membuktikan bahwa otak mereka benar-benar bekerja keras untuk tujuan atau objek tertentu. Sebaliknya kerja otak manusia secara normal hanya dimanfaatkan pada hal-hal yang biasa dan bersipat rutinitas saja. Berpikir luar biasa hanya dilakukan orang-orang tertentu saja.

Selanjutya saya tantang anda untuk mencoba berpikir keras dengan tehnik yang telah saya buktikan merubah saya menjadi ahli dengan berbagai keahlian (bagian keahlian ini bisa anda baca nanti dibagian lain).

Walaupun saya tidak mencapai penemuan baru, namun saya ingin membuktikan pada anda, bahwa berpikir keras secara terarah pada objek tertentu bisa membawa anda menemukan pengetahuan baru bagi anda sendiri. Sehingga diri anda berbeda dengan diri lainnya yang mungkin hanya punya 1 atau 2 keahlian.

Sekarang saya ajak anda dengan bukti kecil kehebatan otak anda. Tapi sebelum itu saya ingin bertanya pada anda. Apakah sama orang yang berpikir terlebih dahulu sebelum mengucapkan perkataan dengan orang yang tidak berpikir?

Apa jawaban anda.

Tentu anda menjawab tidak sama. Sebab perkataan orang yang berpikir lebih mempunyai makna serta terarah daripada yang tidak berpikir.

Lalu apakah dengan berpikir sebelum berkata-kata hanya ingin mencari makna secara terarah saja. Atau mencari kata-kata sensasi, atau mencari kata-kata yang singkat padat namun berisi. Saya pandang anda mencari lebih dari itu.

Pada dasarnya perkataan adalah alat kita berkomunikasi melalui bahasa. Sehingga yang kita cari adalah ilmu atau pengetahuan baru mengenai cara-cara berkomonikasi dengan baik. Jadi, ketika anda berpikir untuk mengeluarkan kata-kata sebagai bentuk pernyataan anda, secara otomatis anda telah menganalisa ilmu komunikasi anda.

Itulah maksud saya bukti kecil bahwa berpikir dengan menentukan objek lebih prima dengan hasil yang maksimal. Hal ini berlaku juga dengan pikiran-pikiran pada hal-hal yang besar.

PENUTUP

Akhirnya saya berharap, petunjuk dalam buku digital mini ini tidak hanya Anda jadikan bacaan saja. Lakukanlah praktek seperti yang sudah dijelaskan. Rasakanlah manfaatnya setahap demi setahap. Saya merasa sangat senang apabila tips dan trik dalam buku ini membuat Anda selalu sehat dan juga awet muda.

Terima kasih atas semua dukungan Anda, perhatian Anda. Apabila ada kekurangan dalam menjelaskan maksud dan tujuan dalam buku ini saya mohon maaf yang sebesar – besarnya. Semoga pada kesempatan yang akan datang bisa saya perbaiki agar bisa lebih baik lagi.

Selamat mencoba dan berkarya

Kalimantan Tengah, September 2012

"CARA CEPAT MENGENAL JATI DIRI"

Salam,

M. Dafi

Penulis